BEZPŁATNY DODATEK.

RODZINA

PISMO POŚWIĘCONE WYCHOWANIU I NAUCE DOMOWEJ.

Numer 7. Niedziela, dnia 29-go marca. Rok 1914

PRZEZ BOLEŚĆ I MIŁOŚĆ.

OBRAZEK Z ŻYCIA NAPISAŁ JÓZEF ROGOSZ.

(Ciąg dalszy.)

— Bo przecie ze starszymi, zwłaszcza z rodzicami, nie można tak się bawić, jak z równymi sobie.

— Ależ można, Kaziu, można! My i szacunek mamy dla naszej mamusi i bardzo ją kochamy.

— Ja moją mamę także bardzo kocham, a jednak nigdy się z nią nie bawię — odrzekłam.

Na to Stefania się wmieszała.

— Nieprawda, że swoją mamę kochasz, ja wiem, że nieprawda!

— Stefciu, nie mów tak, bo będę płakała.

— Choćbyś nawet ryczała, jeszcze ci nie uwierzę. Widziałam cię niedawno z mamą i bratem w rozmównicy i wtedy mogłam najlepiej się przekonać, jak ją kochasz. Nie mówiłaś do niej prawie nic, nawet na nią nie patrzyłaś, tylko oczy miałaś w dół spuszczone. Córka matkę kochająca inaczej się przy niej zachowuje.

Zbierało mi się na płacz, alem łzy wstrzymała, bo stokroć bardziej niż uczucie była w tej chwili moja ambicya podrażniona. Ona śmiała utrzymywać, że ja mamy nie kocham, jak gdyby moja mama była zła, lub jakbym ja była jej córką niegodziwą. Albożja najgorsza na świecie? Przecie wszystkie dzieci swoich rodziców kochają. Słowa Stefanii tak mnie ubodły, że gdyby mi był kto teraz kazał z piętra na dół skoczyć, dla okazania, że mamę kocham, chwili bym się nie wahała.

Stefcia, patrząc na mnie, uśmiechała się złośliwie.

— Czem ci okażę, że mamę kocham? — zapytałam, łzy z największą trudnością powstrzymując.

— Jeżeli ją doprawdy kochasz, przyłóż zaraz rękę do pieca, tu, nad drzwiczkami, i potrzymaj ją tam chwilę; wtedy wszyscy się przekonają, kto prawdę mówi: ja, czy ty.

Ledwiem to usłyszała, przyskoczyłam do pieca i całą dłoń na nim położyłam. Zapiekło mnie straszliwie, kiedyindziej byłabym pewnie zemdlała, a wtedy nawet nie krzyknęłam. Zacisnąwszy zęby, stałam nieruchoma. Jedne koleżanki spoglądały na mnie ciekawie, drugie w osłupieniu. Po niejakim czasie zdawało mi się, że ból się zmniejszał, teraz byłabym tak stała choćby do rana.

— Kaziu! Kaziu! — krzyknęła nagle Marynia i do mnie przyskoczywszy za ramię mnie chwyciła. — Odstąp, Kaziu, odstąp od pieca! Tyś taka blada... my widzimy, że mamę kochasz!

— Kochasz, bardzo ją kochasz! — chórem wszystkie zawołały.

Spojrzałam na Stefcię; ta miała minę, jakby mi jeszcze nie wierzyła. To mnie stokroć bardziej bolało niż ów żar piekielny, który mi rękę spalił. Na moje szczęście wbiegła zakonnica i ta mnie przemocą od pieca oderwała.

Rękę w rzeczy samej miałam spaloną; skóra zeszła z niej całkiem, poczem dłoń zaczęła ropieć. Nacierano mi ją z początku olejami, później przykładano maści rozmaite, lekarz codzień oglądał i obwijał, przeszło miesiąc musiałam ją nosić na szarfie. A chociaż bólu takiego zaznałam, o jakim przedtem nie miałam wyobrażenia, mimo to przed nikim się nie skarżyłam i ani raz nie płakałam.

Mateczka bardzo się tym wypadkiem zgryzła. Nie gniewała się jednak na mnie, tylko Stefci dała dobrą burę, grożąc jej zupełnem wydaleniem z pensyonatu, jeźliby się nie poprawiła. Ja zaś musiałam wysłuchać nauki długiej a budującej, po której pocałowałam mateczkę w rękę i rzekłam pokornie:

— Już ja tego więcej nigdy nie uczynię, ale niech też droga mateczka o tem mojej mamie nie pisze.

Matka przełożona łagodnie na to odpowiedziała.

— Jest to, moje dziecię, zdarzenie zbyt ważne, bym je przed twymi rodzicami mogła zataić. Napisać im o tem muszę, ale mam nadzieję, że się na ciebie nie będą gniewali.

W kilka tygodni po tym wypadku, mamusia przysyłając mi czystą bieliznę, załączyła do niej kartkę, na której znajdował się u góry dokładny spis bielizny, a zaś u dołu te słowa:

„Pisała mi matka przełożona, jak wielką niedorzeczność popełniłaś, przykładając rękę do pieca rozpalonego. Złożyłaś tem nowy dowód niesforności swego temperamentu, co mnie, niestety, razi w tobie od kolebki, i co jest bezustannem źródłem moich zgryzot. Jeśli się bodaj troszkę zastanowisz, będziesz musiała zrozumieć, iż nie takiemi sztuczkami składa się prawdziwy dowód, że się rodziców kocha, ale posłuszeństwem, nauką, pracowitością i postępowaniem przykładnem. Zresztą czyś o tem pomyślała, że klasztór, który trzyma cię z łaski, po spełnieniu takiego szaleństwa, będzie cię musiał leczyć, lepiej kar-

mić i wydawać tak na maści, jak na lekarza? Zmartwiłaś nas więc bardzo, i dałby Bóg, żeby się choć na tem skończyło. Twoja matka nieszczęśliwa, Julia."

Ach! Czemu mamusia musiała się o tem dowiedzieć?...

Ale nie tylko ona sama otrzymała wiadomość o moim postępku. Tatuś także o nim usłyszał, zapewne już od mamy, bo w kilka dni po jej liście przyjechał do miasta bardzo zakłopotany, przyszedł zaraz do klasztoru, przeszło godzinę siedział ze mną w parlatoryum, a gdy moją rękę oglądał, miał łzy w oczach i wciąż mnie pytał, czy mnie już nie boli; tymczasem jam dawno zapomniała, kiedy mnie bolała. Tatuś miał zabawić w mieście tylko dzień jeden, został jednak całe trzy dni, prawdopodobnie dla Władysia; codzień dwa razy do mnie przychodził i zawsze przynosił z sobą pełno łakoci, za które nietylko ja, lecz i moje koleżanki były mu bardzo wdzięczne. Nareszcie po trzech dniach odjechał, wziąwszy odemnie przyrzeczenie uroczyste, że odtąd nic już takiego nie uczynię, coby memu zdrowiu mogło zaszkodzić.

Dobry tatuś!

X.

Rok po roku upływał.

Na świecie niby wszystko wciąż się zmieniało, a wszystko było jednakowe; myśmy podrastały, same tego nie dostrzegając, krąg myśli z każdym dniem się rozszerzał, uczucie potężniało, świat wydawał się coraz ciekawszym a życie piękniejszem.

Jam jeździła do domu tylko raz w rok, na wakacye. Na Boże Narodzenie nie brała mnie mama, bo najczęściej o tej porze było bardzo zimno, ja zaś nie miałam okrycia ciepłego; na Wielkanoc mieliśmy zwykle złe drogi, a i powietrze pod wiosnę było niezdrowe. Władyś jednak jeździł na każde święta, lecz temu nie można się dziwić; starszy był odemnie, bardziej zahartowany, a zresztą chłopcu łatwiej wybrać się w podróż niż panience, po którą musiałby był zawsze ktoś przyjeżdżać.

Przykro mi było, gdy brat jechał a jam zostawała, często sama jedna z zakonnicami, ale nie trwało to długo; ledwie dwa lata byliśmy w jednem mieście, po upływie tego czasu Władyś, zbroiwszy coś wielkiego, został ze szkół wydalony i tatuś musiał go wywieźć o dziesięć mil dalej, gdzie znów go do gimnazyum przyjęto.

Gdy z wiosną natura się zbudziła i ptaki wesoły hejnał w ogródku pod naszemi oknami zagrały, któż wysłowi moją radość. Wszak rok szkolny miał się już ku końcowi, za dwa miesiące pojadę więc do domu, do Sławomyśla! Do domu rodzicielskiego! Cudowne wyrazy, które mi niebo roztwierały.

Na ścianie, obok łóżka, miałam przybity kalendarz, wydrukowany na jednej dużej karcie papieru. Mateczka pozwoliła mi go tam umieścić; byłam jej za to wdzięczna. W kalendarzyku przekreślałam każdy dzień ubiegły czerwonym ołówkiem, i, co wieczór, pilnie liczyłam, ile ich jeszcze zostawało do wakacyi, a kiedy nareszcie stary Grzegórz wjeżdżał na dziedziniec klasztorny, aby zabrać moje rzeczy, kiedy wszystkie pensyonarki biegły do okien, ciekawie pytając: Po kogo przyjechali? — i kiedy ja pierwsza poznawałam nasze poczciwe siwosze, wtedy serce tak gwałtownie mi biło, żem je musiała ręką przytrzymywać, aby nie wyskoczyło.

O, nie zapomnę cię nigdy, ty godzino szczęśliwa, któraś mnie zwracała rodzicom, domowi, Warzbińskiej, wszystkim, których kochałam.

W domu rzeczy szły dawnym trybem; odkąd zapamiętałam, większych zmian nigdy tam nie było. Rodzice pracowali od rana do nocy, służba się nie zmieniała, Warzbińska wyglądała jednakowo, nie była ani młodsza, ani starsza a wzrok jej nawet się poprawił. Wogóle piastunka moja robiła wrażenie istoty całkiem zasuszonej, jakby mumii egipskiej, która na jednym punkcie stanąwszy, ani naprzód nie szła, ani w tył się nie cofała. Jej izdebka służyła mi wciąż za apartament i przyznam się, że dobrze jak tam, nigdzie mi nie było. Ciszy nikt nam nie mącił, słońca, co przez okienko wpadało, nikt nam nie zasłaniał, uczuć, które nas łączyły, nikt nie targał.

W miarę, jak mi lat przybywało, traciłam gust do lalek, za to przywiązywałam się do istot żyjących, mianowicie do kurek, indyków, pantarek, a już najbardziej do cieląt, lecz te rzadko widywałam, chyba na pastwisku lub gdy przez podwórze biegły. Mama nie pozwalała mi chodzić samej do obór i stajni, a z sobą nigdy mnie tam nie brała. Burek żył jeszcze, ale stracił u mnie łaskę; zrobił się gruby, ciężki, zamiast myszy łowić, wolał, oczy przymrużywszy, na piecu leżeć; ale to byłoby najmniejsze. Jeślim go przestała kochać, to tylko dlatego, że się okazało, iż potajemnie na gołębie polował i rok rocznie po kilka ich zjadał. Straciłam więc serce do niego, a chociaż nie byłabym nikomu pozwoliła krzywdy mu wyrządzić, nie brałam go więcej na ręce i nigdym go już nie całowała. Robił on teraz na mnie wrażenie zatwardziałego grzesznika, który miasto myśleć o pokucie i poprawie, trwał w złem i bezkarnie urągał wszelkiej sprawiedliwości.

Ale chociaż lalki nie miały już dla mnie dawnego powabu, nie rozstałam się z moją Dzidzi; schowana w pudełku, białą watą wyłożonem i jedwabną kołderką nakryta, została przy mnie jako wspomnienie pierwszych wrażeń dziecięcych, jako pamiątka owych chwil raz słodkich, to znów bolesnych, które głoskami niestartemi wyryły się w mojem sercu.

(Ciąg dalszy nastąpi).

KARANIE DZIECI.

Celem kary jest odstręczenie, zniechęcenie wychowańca do pewnej wady. Jeśli kara nie ma żadnego celu, jest tedy nierozumną i traci charakter kary, a staje się bezpotrzebnem i ubliżającem człowiekowi pastwieniem się nad istotą sobie podobną. Wystrzegajmy się więc głównie kar dowolnych. Jak kara tak i nagroda powinny zawsze zostawać w związku z rzeczą, za którą są udzielane. Dalej trzeba je wymierzać z wszelkim spokojem umysłu, a najskuteczniej we cztery oczy, bez żadnego obcego świadka. W iluż to domach rodzice, nie zważając na obecność domowników a nawet obcych osób, strofują i karzą własne dzieci. Patrzą przez szpary długi czas na ich przewinienia, któreby w samym zarodku mogli byli z łatwością przytłumić, aż nareszcie gdy, jak powiadają, miarka się przebierze, z powodu błahej okoliczności wpadają w gniew nierozumny, i wyliczają dziecku całą listę jego grzechów, o których ono dawno zapomniało i wymierzają niesłuszną karę. Niesprawiedliwą się wydaje ta kara wychowańcowi, i jest rzeczywiście, gdyż on nie widzi żadnego związku pomiędzy ostatniem, błahem swem przekroczeniem a wielkością kary, która go spotkała. Obiecywanie kary również do niczego nie prowadzi, przyjępia tylko

wrażliwość na nią dziecka. Wy[illegible]ry powinno być wykonane ze wszelkim spokojem, bez uniesienia, lecz jednocześnie z wyrazem smutku, jakim nas przejmuje przekroczenie dopełnione. Powaga i smutek powinny wtedy się malować na naszej twarzy, nie zaś chłodna zaciętość i chęć sprawienia przykrości.

Jednem słowem przyznać trzeba, że niewłaściwe wymierzenie kar szkodę tylko przynosi, nie korzyść. Niewłaściwemi zaś będą wtedy, gdy nie odpowiadają winie, gdy po długim przeciągu czasu następują, gdy je udzielamy publicznie i z gniewem. Od taktu rodzicielskiego wszystko zależy. Znaliśmy matkę, która dowiedziawszy się o bardzo brzydkiej wadzie swego syna, gdyż o kradzieży, wzięła go na osobność, przemówiła kilka wyrazów do jego serca, wspomniała o wstydzie, jaki spadnie stąd na całą rodzinę, kazała się modlić. Od tego czasu synek nie przywłaszczał już więcej sobie cudzej rzeczy. Znaliśmy znów ojca, który w podobnym zdarzeniu syna strasznie osmagał i zamknął go w osobnym pokoju. Dziecko, znużone kilkogodzinnem zamknięciem, zaczęło wzywać pomocy matki, lecz gdy ta nie przybywała, czując się opuszczonem, czy też chcąc się uwolnić z więzienia, wyskoczyło oknem z pierwszego piętra i zabiło się.

Dzieci ustawicznie strofowane, piłowane przez starszych, znużone tem zrzędzeniem, uważają dom za więzienie, i wtedy tylko oddychają, gdy są zdala od osób je strofujących. Jakże przy takich warunkach można mówić o szczerości, otwartości dzieci względem rodziców, o przyjaznem dla nich uczuciu, skoro nieznośny i cierpki wpływ woli i wyższości starszych przytłumia wszelką swobodę ich myśli, uczucia i woli? Niemal wszystkie dzieci, uważane przez rodziców i ich otoczenie za stracone, przyszły do tego usposobienia jedynie przez zbyt częste i publiczne kary. Dziecko, które karzemy z pewną złośliwością i urąganiem, np. skoro je karząc, mówimy: „A cóż, dobrze to smakuje?" pewno pomyśli o zemście, a przynajmniej brzydkie to uczucie w niem samem zaszczepiamy. Obecność obcych osób przy karze, a prawdopodobnie jeszcze szyderstwo z dziecka, również zemstę zaszczepia. Jeśli zaś obce osoby po karze zaczną dziecię żałować, pieścić i tulić do serca, to wdrażają w umysł dziecka przekonanie, że kara była niesłuszną, niesprawiedliwą, a wywierający ją stanie się w umyśle dziecka katem, nie zaś wykonawcą zasłużonej kary za przestępstwo.

Karać więc trzeba z największą oględnością, a im kary są rzadsze, tem lepiej tak dla wychowańca, jak i dla samej sprawy wychowania.

O drzewach i krzewach leczniczych.

Oprócz ziół, także niektóre krzewy i drzewa posiadają siły lecznicze. Między innymi krzewami pierwsze miejsce zajmuje 1) B e z c z a r n y (Sambucus nigra, gem. Holunder). Trafia się prawie wszędzie w lasach, zaroślach, około domostw i około murów i płotów. Z kwiatów gotuje się herbatka na pocenie. Ususzone jagody pomagają przeciw biegunce, świeże jagody w małych porcyach spożyte, skutkują tak samo, jak winogrona przeciw otyłości.

O p i s. Krzew bujnie rozgałęziony, do 8 metr. wysoki, kora popielato szara, zmarszczona, brodawkowata, drewno białe, gałęzie wewnątrz śnieżysto białym miękiszem napełnione, liście ciemno-zielone, naprzeciwległe, pierzaste, składające się z pięciu do siedmiu listków, owalnych, spiczasto zakończonych, piłkowanych, kwiatki żółtawo-białe, liczne, w pozornych wielkich, płaskich baldachach ugrupowane, przyjemnie pachnące, jagody wielkości grochu, czarne, soczyste, o soku czarno-czerwonym. Chłopcy na wsi wyrabiają sobie z gałęzi na Wielkanoc do skrapiania dziewczyn sikawki a w lecie, pukają z nich korkami.

2) J a ł o w i e c (Juniperus communis, gemeiner Wachholder). Nazwa wskazuje na jałowe miejsca, na których ten krzew napotkać można, mianowicie na piasczystej, nieurodzajnej ziemi, w puszczach, na pustkowiach i w suchych lasach. Mimo tego niepoczesnego miejsca, które jałowiec zajmuje, zgoła nie jest pogardliwy, owszem wielce szacowny, bo jest bardzo użyteczny. W lecznictwie domowem przyznać mu wypada nader pokaźne miejsce. Jagody jego pomagają w chorobach: wątroby, nerek, kamyszków, piasku moczowego i puchliny wodnej, ochraniają także przeciw chorobom zaraźliwym. Trzeba je żuć naczczo od trzech począwszy i coraz o jednę więcej aż do 15-tu. Na przeczyszczenie powietrza w izbach chorych kadzi się sypiąc jagody na węgle żarzące. Gałązkami jałowca wędzą mięso. Jego pień gibki i trwały a cienki nadaje się doskonale na biczyska. Zauważyć też jeszcze trzeba, że z jagód pędzą wódkę i warzą piwo, a że też są ulubionym żerem dla ptaków.

O p i s. Krzew do iglastych należący, do 3 m. wysokości dochodzący, ma igliczki silnie kolące, które okalają pień i gałązki w okółkach z trzech igliczek się składających, modrawym nalotem pokrytych, odstających. Gałązki bardzo długie, rózgowate wznoszą się prawie pionowo do góry, tak że cały kierz ma postać piramidy. Jagody czarne, modrym nalotem pokryte, dojrzewają dopiero w drugim lecie.

3) J e ż y n a, O s t r ę g a, O s t r ę ż y n a (Rubus fructicosus v. saxatilis, Brombeerstrauch, Kratzbeere). Chróst rodzaju malinowatych, niemal wszędzie około dróg, na miedzach, na krajach pól i lasów, nad rowami i w zaroślach, zwłaszcza zaś na kamienistym gruncie napotykany, z którego liści naparzonych ukropem gotuje się herbatka przeciw zapaleniu gardła, jagody zaś słodkie i smaczne pożywa się surowe przeciw szkorbutowi, biegunce, błednicy i słabości żołądka. Sok z jagód z cukrem ugotowany ma to samo znaczenie, co sok malinowy i tak samo jak tenże używany bywa jako przysmak do leguminów, do likierów i do napojów chłodzących.

O p i s. Chróst cały krzywymi, ostrymi kolcami pokryty, którego poziomy korzeniak wydaje podziemne pędy i nadziemne pręty pięciograniaste. Ostatnie są w pierwszym roku jeszcze nieurodzajne i leżą na ziemi, w drugim podnoszą się, łukowato skrzywione, rozgałęziają się, wydają owoc i obumierają. Liście pierzaste na dole z pięciu a zwyż z trzech listków składające się; listki wielkie, owalne, krótkośpiczaste, piłkowane, na wierzchu gładkie, na spodku biało pilśniate. Kwiaty liczne, białe lub czerwonawe stanowią wierzchołkowy pozorny baldach; listki kielichowe, których jest pięć, zwieszają się na dół i nie odpadają. Jagody lśniąco czarne kuliste dojrzewają dopiero w sierpniu i wrześniu. Pod chróstami jeżyny mają często padalce i żmije jadowite swe legowiska, ostrożność więc przy zbieraniu jagód zaleca się.

(Ciąg dalszy nastąpi.)

ASTMA.

Astma nie jest chorobą we właściwem słowa tego znaczeniu — ale jest cierpieniem nerwowem, bardzo przykrem i dokuczliwem dlatego, że atak astmy wywołany jest szeregiem skurczów mięśni oskrzelowych, co powoduje brak oddechu (duszność), niepokój, i nadzwyczajnie przykre uczucie bezradności i strachu.

Napływ krwi do organów oddechowych jest bardzo silny i sprawia nabrzmienie naczyń krwionośnych i błon śluzowych oskrzeli, mięśnie zaś ściągają się konwulsyjnie, czem się właśnie tłómaczy owo nieregularne i czasem chrapliwe oddychanie podczas napadu duszności.

Dziwnem się może wyda niejednemu, że badania naukowe wykazały, że astma jest dziedziczną o tyle, o ile nerwowe usposobienie i wogóle newroza są dziedziczne.

Zmartwienie, strach lub zmęczenie, może wywołać objawy astmatyczne u tych, których przodkowie cierpieli na stmę albo na newrozę. Także pojawia się astma u osób, których familijna historya wykazuje podkład tuberkuliczny lub skrofuliczny.

Astma bardzo rzadko napotyka się u dzieci, czasem w młodym wieku, a częściej w średnim. Po 40 latach astma zwykle połączoną jest z chronicznym nieżytem (katarem) oskrzeli, lub rozedmą płuc. Mężczyźni częściej trapieni bywają astmą, aniżeli kobiety.

Przyjętem jest mniemanie, jakoby zmiany atmosferyczne i klimatyczne, a także powietrze przesycone dymem, kurzem, lub wyziewami wpływało na to cierpienie. Tak jednakowoż nie jest, i tylko choroby narządów oddechowych zdają się mieć decydujący wpływ w rozwijaniu się i trwaniu astmy.

Badania w ostatnich czasach wykazały, że choroby gardła i nosa, a osobliwie narośla w nosie, w formie polipów i odenoidów, wywołują objawy astmatyczne. Nawet niektóre żołądkowe i nerkowe dolegliwości wpływają na ataki astmatyczne, wskutek prawdopodobnie czysto nerwowych reflexów.

Co do serca, — niektórzy odróżniają t. zw. sercową astmę. Prawdziwa astma nie ma wszakże z sercem nic do czynienia (o tyle o ile jej ataki wpływają na zwiększoną pracę serca). Swoją drogą, większa część chorób sercowych odznacza się tak samo dusznością, omdlewaniami, i uczuciem wielkiego niepokoju, i tem samem ma wielkie podobieństwo do astmy.

Astma nawiedza szczególnie osoby prowadzące życie siedzące, wygodne i bez troski. Zdarza się atoli i u klas biednych, ciężko pracujących, a wyczerpanych tą pracą i cierpiących tak często na rozmaite płucne choroby.

Bardzo przykrym jest widok chorego w paroksyżmie astmy. Jest to męczące szamotanie się i gwałtowne bronienie się przeciw uduszeniu. Mięśnie oddechowe, w bolesnych skurczach, nie dopuszczają powietrza do płuc i chory szuka najrozmaitszych pozycyi, ażeby sobie ulżyć.

Wysiłki te wywołują obfite poty, a mowa jest utrudniona i przerywana. Paroksyzm taki zjawia się całkiem niespodzianie, albo też bywa poprzedzony bólem głowy, osłabieniem lub katarem. Czasami astmatycy odczuwają dziwne swędzenie pod brodą podczas ataku albo też przed nim. Ataki takie pojawiają się czasem regularnie przez kilka lub kilkanaście dni z rzędu i to zazwyczaj w nocy.

Trousseau opisuje, że on sam, przez długi czas budził się o 3-ciej w nocy, z uczuciem astmatycznej duszności, a matka jego, zawsze pomiędzy 6-tą i 8-mą rano. Flint stwierdza, że będąc zresztą zupełnie zdrowym, kiedykolwiek spał pod pierzyną lub na poduszkach napełnionych pierzem, dostawał zawsze ataku kataru i astmy. Wszystko to wykazuje, że astma jest cierpieniem o wybitnie nerwowym charakterze.

Astma nie jest cierpieniem niebezpiecznem, jednakowoż, pomimo, że nie usposabia chorego do rozwinięcia się suchot, może łatwo stać się przyczyną chronicznych nieżytów i rozedmy płuc, z powodu wysilania się aparatu oddechowego. Z tych samych powodów i serce, z czasem, może wiele ucierpieć.

Co do leczenia astmy, — powinno się, ma się rozumieć oddać pod opiekę lekarza, który, poznawszy stan chorego, zastosuje potrzebne środki.

Zdarzyć się atoli może, że chory dostanie atak w nocy, i oczekiwać będzie pomocy natychmiastowej, a lekarza w tej chwili trudno będzie dostać.

W takim razie, trzeba go umieścić w pozycyi na pół siedzącej, w pokoju dużym i dobrze przewietrzonym, albo też na wolnem powietrzu. Do picia — z domowych środków podręcznych — najskuteczniejszą okazała się mocna, czarna kawa, którą można podawać w małych ilościach.

Osoby cierpiące na astmę, powinny utrzymywać ogólne swoje zdrowie w jak najlepszych warunkach. Bardzo wskazanymi są kąpiele i wycieranie skóry. Aparat trawienia powinien być utrzymywany w jak największym porządku. Środki rozwalniające — najlepiej w formie przetworów alkoholicznych, powinny być zastosowywane od czasu do czasu. Kto sobie może na to pozwolić, powinien oddychać powietrzem górskiem albo morskiem. Dotyczy to osobliwie osób, które podlegają katarom i reumatycznym przypadłościom.

Z uwagi, iż powodem napadów astmatycznych są zwykle jakieś narośle i inne nienormalne składniki lokujące się w nosie; powinniśmy organ ten poddawać częstemu badaniu i pilnować, ażeby był utrzymywany w stanie zdrowym. Powodem wszelkich zaziębień są bakterye, które rozpoczynają swoją destruktywną pracę w nosie. Jeżeli nawet właściwy katar w nosie zmniejszy się, lub ustąpi, to jednak pozostaną często rozmaite nabrzmienia a nawet owrzodzenia w miejscach, łączących nos z takimi ważnymi przyrządami jakimi są uszy i oczy i staną się powodem wielu chorób usznych i ocznych.

U wszystkich osób. a tem więcej u ludzi oddychających z ustami zamkniętemi, pierwszym organem przez który powietrze potrzebne do oddychania, dostaje się do płuc, — jest nos. A ponieważ powietrze to nie zawsze jest czyste i wolne od tysiąca drobnoustrojów, zrozumiemy, ile tych zwierzątek, i wogóle różnych innych nieczystości osadza się i w samym nosie, i przez nos dostaje się do gardła i do płuc.

Jeżeli ten kurz, te drobniutkie cząstki węgla i innych naleciałości, a osobliwie te drobnoustroje, bakterye i bakcyle spotkają na swojej drodze miejsce nieczyste i niezdrowe, a temsamem sprzyjające ich życiu i rozmnażaniu się, zrozumiemy ile szkody wynika stąd dla zdrowia i życia ludzkiego i wogóle dla całego organizmu.

Dlatego też skrupulatnie starać się o to powinniśmy, ażeby w czystości i zdrowiu utrzymywać pośredniki i jakby bramy wejścia do wnętrza ustroju ludzkiego. W tym celu nos i gardło należy przemywać i płukać dwa lub trzy razy dziennie przynajmniej jakimś antyseptycznym płynem, a w braku togoż, słoną wodą.